



Para dar continuidade aos cursos oferecidos nas Oficinas Culturais, a prefeitura, por meio da Secretaria da Cultura, disponibilizará aulas online durante o período de quarentena.

Produzido pelos arte-educadores da prefeitura, o conteúdo de cada oficina estará disponível semanalmente para toda a população. O acesso às aulas é livre e gratuito e pode ser feito pelo celular ou computador, basta procurar pelo canal da Secretaria da Cultura no Youtube. Acesse o link: <http://abre.ai/oficinascultraisemcasa>.

A iniciativa foi adotada como alternativa para não comprometer as atividades oferecidas no Centro Cultural Newton Gomes de Sá. São mais de 30 opções nas áreas de arte, música, dança, teatro e fotografia, disponíveis para serem acompanhadas a qualquer momento, em casa, respeitando as recomendações da Organização Mundial da Saúde.

Confira o cronograma das aulas:

Segunda-feira



- Leitura Musical (Viola Caipira)
- Cinema
- Fotografia

#### Terça-feira

- Reciclart
- Xilogravura e Estamparia
- Desenho Experimental
- Teatro
- Hip-hop

#### Quarta-feira

- Desenho de Observação
- Percussão
- Teatro Especial
- Grafite
- Estamparia
- Coro Cênico Percussivo
- Canto Coral
- Circo

#### Quinta-feira

- Bordando Memórias
- Pintura
- MC - Arte das Palavras
- Ateliê Cênico Musical
- Dança para idosos e adultos
- Palhaço

#### Sexta-feira

- Violão Popular
- Produção Musical e Composição
- Yoga



- Franco Memória
- Street Dance
- Técnicas de Desenho (Grafismo)
- Viola Caipira e Violão
- Musicalização (Teclado)
- Teatro

#### Sábado

- Arte Pulsante
- Dança Contemporânea
- Papietagem e Pintura em Tecido
- Circo

#### Cuidando da saúde mental

A prática de atividades variadas, inclusive artísticas, manuais e musicais, no período de quarentena torna-se muito importantes para a saúde mental. Além de afastar quadros de ansiedade e estresse, as aulas de arte proporcionam também o relaxamento mental e corporal, além estimularem a criatividade.

Nesse momento atípico em que as pessoas estão em casa, as aulas online podem ser o pontapé inicial para começar um novo ofício ou dar continuidade a um cronograma de atividades que ajudam a ocupar o tempo ocioso, criando uma rotina de aprendizado e equilíbrio mental.